体調記録表

所属（　　　　　　　　　　　　　　　）　　　　　　　氏名（　　　　　　　　　　　　　　　）

◎自分の体調について、素直に申し出るようにしてください。体調の異変を感じた際は、早めの相談や受診をお願いします。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 日　　付 | 曜日 | 体温 | 体調について（各項目の□に✓をすること） |
| １ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ２ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ３ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ４ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ５ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ６ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ７ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ８ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ９ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １０ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １１ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １２ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １３ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １４ | 月　　日  （大会参加前日） |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 日　　付 | 曜日 | 体温 | 体調について（各項目の□に✓をすること） |
| １５ | 月　　日  （大会参加日） |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １６ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １７ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １８ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| １９ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ２０ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ２１ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |
| ２２ | 月　　日 |  | ℃ | □せき、のどなどの痛みなど風邪の症状はない  □体のだるさ、息苦しさはない  □味覚や嗅覚（きゅうかく）の異常はない  □体が重く感じない、疲れやすくない |